

Inhalt

Vorwort	11	
Coaching für Augenwesen, die denken können	11	
Einleitung	13	
Holzweg oder tragfähiger Lebensentwurf? Beruf oder Berufung?	13	
Der Unterschied macht den Unterschied	15	
Sieben Arten, wie Sie dieses Buch lesen können	16	
Coaching mit selbst gezeichneten Bildern	17	01
Einordnung zwischen Rembrandt und Bügelbrett	18	
Psycho-Logik versus Chrono-Logik	19	
Erst eins ...	20	
... dann zwei	20	
... dann drei	21	
... dann vier	22	
... dann stehst du wieder vor der Tür	23	
Ikonische Wende – tiefer gehängt	25	
Wie finden wir den Einstieg in den Coachingprozess?	29	
Welche Bildaufgaben eignen sich zum Anfangen?	29	
Auf nach Athen oder Rom	39	
Wo bitte geht's ans Eingemachte?	46	
Unter falscher Flagge segeln	47	
Gegenpole sichtbar machen	50	
Dreischrittige Bildaufgaben – Chronologik und Zukunftskonstruktion	58	

Familienaufstellung	59
Körperbilder	61
Grundformen	63
Lebenspanorama	64
Rolle rückwärts	67
Hausaufgaben	68
<hr/>	
Erst beschreiben, dann bedeuten	77
<hr/>	
Vom übertragenen Sinn der Bilder	77
Beschreiben ist nicht beschreiben	77
»... und die Dinge hatten nichts dagegen«	78
Über die Selbstgestaltung und Gestaltphänomene	
als automatisierte, präkognitive Leistungen	79
Zwischen Konvention und Assoziation	80
Entschleunigte Wahrnehmung – Beschreiben	81
Allgemeine Beschreibungskategorien und ästhetische Prinzipien	82
Geschlossen, ausgedehnt, bodenlos	90
Erst beschreiben, dann bedeuten	90
Wie die Beschreibung von Bildern uns auf sanfte Art	
Bedeutung nahelegt	92
Deuten – Besetzung mit Bedeutung als Erkenntnisprozess	92
Letzte Ausfahrt eigenes Leben	93
<hr/>	
Ansichtssache – Ästhetische Erfahrung zwischen Herzlichkeit	
und Fleischwurst	95
<hr/>	
Schwarz-weiß oder farbig, groß oder klein?	96
Eigenzeit und Weltzeit	97
Lesetechniken – von Lücken und leeren Blättern	100
Linear, zirkulär, umgedreht – Bilder sind Ansichtssache	101
Bilder als Heuristiken	108
Vom Sprachbild zur Bildsprache – Metaphern als Mittler	109
Die räumliche Organisation des Bildformats	112
Zeichen und Symbole als Ausdruck von Symptomen	113
Handliche Symbole, symbolische Handlungen	115
Von »Herzlichkeit und Fleischwurst«: die subjektive Perspektive	117
Ich und Du und Müllers Kuh – »Objektbeziehungen«	122
Die Innenwelt der Außenwelt der Innenwelt – Bilder als Holons	125

Emotionen – Wechselwährung von Bildern	135
Herzensbildung und emotionale Kompetenz	135
Die sieben großen Emotionen	139
Zeichensprache der Emotionen – den Erfahrungsschatz heben	144
Zwischen Erinnern und Vergessen – ein Trauma ist keine Krankheit	153
Emotionen in Organisationen – von Mythen, Pragmatismus und Etikettenschwindel	156
Der lange Arm der Geschichte – wie Erinnerungen und Emotionen durch visuelle Reize wachgerufen werden	160

Vom Leben gezeichnet – Fallgeschichten

173

02

Sechs Wege zu einer dynamischen Lebensordnung	174
»Verdichtete Lebenserfahrung«	176
Den Knoten in einer einzigen Doppelstunde lösen	176
Wut – vitale Energie	178
Ich und ich	179
Die bucklige Verwandtschaft	182
Regression im Dienste des Ich – und dann?	184
Was fehlt? – Oder auch: ein Königreich für eine Struktur	185
Szenenbuch aus abstrakten Zeichen	187
Und der Sieger ist: das kraftvolle Selbst	188
Auf Kreuzfahrt durchs Leben – die talentierte Frau S	189
Das Ich ist ein Verwandlungskünstler	190
Von Nichts kommt nichts?	192
Wer findet, muss nicht suchen – vom Geschenk der Absichtslosigkeit	195
Einmal Universum und zurück	195
»Schwimmen, Wankein und Wegknicken«	196
Einheit, aber doch Vielfalt	196
Schaffsfragen in sternenlosen Nächten	197
Der Anfang vom Rest des Lebens	199
Ungehorsam und Authentizität	201

Die fünf Leben des Dr. P	204
Null, Eins – entweder, oder	206
Von der Pflicht, gut zu sein	207
Kannjunge	208
Impulsdurchbrüche	210
Urlaub vom Ich	211
Zurück zu den Wurzeln	212
»Freiheit ist die Einsicht in die Notwendigkeit«	214
Ich und die anderen – von Runden ohne und »Ecken« mit Kanten	215
In der Klemme – ein alter Bekannter	218
»Angst essen Seele auf«	219
»It don't mean a thing if it ain't got that swing ...«	220
Zwei Jahre später	221
Die Tränen der Frau R und das Fass ohne Boden	230
Zusammen weniger allein	231
(Ent-)Scheiden tut weh	232
Wenn das Ich nicht im Bild(e) ist	235
Was man hat, das hat man – oder nicht?	237
Ich und Ich	238
Die Zukunft ist vage	240
»Gib Worte deinem Schmerz. Der Kummer, der nicht spricht, nagt am Herzen, bis es bricht.«	241
»I never promised you a rose garden«	243
Mein Trauma ist keine Krankheit	245
Wenn diese Rose aufgeht – »... nach innen beschützend und nach außen wehrhaft«	248
Wie Herr Ü durch Nichtstun in die Gänge kam	250
Bitte nicht stören – das Leben als Prüfung	252
Vom durchschnittlichen Glück	253
Von einem, der alles richtig machen wollte	254
Das Kaninchen vor der Schlange	255
Zwischen Kopf und Füßen ist alles Blockade	257
Schuldabladestelle – Wer bin ich?	259
Was trifft, trifft auch zu	260
Das Über-Ich als Supermacht und ein Befreiungsschlag wider Willen	261
»Mögen tät ich schon wollen ...«	265

»Die Entdeckung der Langsamkeit«	267
Bilanz und Profil	269
<hr/>	
Der traurige Monsieur G	276
<hr/>	
»If I had a hammer ...«	278
In der Klemme ...	279
Fühlen tut weh	281
Fünf weitere Arten, in der Klemme zu stecken	282
Entlastung von falschen Ansprüchen	286
»Frenchman« und »Rebell«	287
Ein Toter, ein Tabu und warum Herr G in der Klemme sitzt, wenn er etwas fühlen soll	289
Ein Leben auf schwankendem Grund	291
Die Maske der Höflichkeit bricht auf	292
Grenzen setzen – leichter gesagt als getan	293
Herrn G's Konflikt zwischen Verantwortung und Leben	294
»Wir vier aus dem 13. Stock«	295
Zwischen Irritation und Balance	297
Den Weg vom Ziel befreien	301

Kleine Nachlese	305
------------------------	------------

Ästhetische Bearbeitung als Alltagsbewältigung	306
<hr/>	
Ästhetische Erfahrung und Emotionen als Erkenntnisform	313
»Es gibt nichts Gutes, außer man tut es« (... selbst) – Bilder verwenden	314
<hr/>	
Danke – Niemand schreibt für sich allein	316
<hr/>	
Fragen und noch mehr Fragen	317
<hr/>	
Literatur	319
Internetlinks	326
Abbildungsverzeichnis	329